

*"Maintaining a Sense of Optimism is all about psychology"* 

*Peacful Mind Foundation (PMF)* is a global organization registered with the United Nations (U.N.) Global Compact and, based in New Delhi, India. The foundation is present in many parts across the world, embarking its vision i.e.,

"To make psychology a household term, peace, and well-being and Culture"

### **OUR INITIATIVES:**

- 1. Global Youth Mental Health Forum
- 2. World Leaders for Mental Health
- 3. PMF Mentors
- 4. Fight Against Covid-19
- 5. Peacful Mind Foundation Fellowship & Goodwill Ambassador
- 6. Global Academy of Psychological Sciences
- 7. Stress Management & Counseling Centre – North Municipal Corporation, Delhi
- 8. Open Mic: Stress Buster with Pals
- 9. Special Counselling Unit for Afghanistan

# Global Youth Mental Health Forum



Global Youth Mental Health Forum Better mindscape for a better tamorrow

### The Global Youth Mental Health Forum

- (GYMHF) is a global platform powered by Peacful Mind Foundation, based in New Delhi, India. Initiated in 2018 by PMF as "Youth Forum", its mission is cited as "Better Mindscape for Better tomorrow". The forum will focus on youth psychology, child psychology and child mental health amalgamating youths, youth activists, NGO's, psychologists from across nations.
- The organization also plans to convene a yearly meeting in locations across Africa, Asia, and the Middle East, with all its regional directors and advisors. Beside meetings, the foundation will produce youth activists in psychological first aid and will engage its members in specific initiatives.



### World Leaders For Mental Health

### **Mission And Vision**

- Create a platform for world leaders to collectivize and present coherent arguments in favour of mental health reforms.
- Maintain a registry of world leaders with their signature which can be accessed by individuals across the world.
- Conduct events & awareness campaigns along with the assistance of offices of leaders globally.
- Partner with other global organizations with similar objectives. (e.g. Global Council for Mental Health [WHO])
  Facilitate conversations of world leaders with renowned mental health experts and/or practitioners, to assist in developing recommendations for mental health policy.
  - Drive policy change in the space of mental health, worldwide.





Inaugural Session of WLFMH

### **PMF** Mentors

- As we emerge into a transformational new world, which will be abundant with new possibilities and opportunities, it is essential that people transform their mindsets and thinking.
- Peacful Mind Mentors recognizes the importance of transformation and adaptability. Our Mentors are the drivers of conversations which will enable every listener to step forward into this new future with confidence, knowledge, and with a healthy state of mind.



A Talk session

Positive Side of Covid-19





# Fight Against Covid-19



- Covid-19 and the necessary restrictions to decrease the impact of the virus has had a negative impact on people's mental health.
- The aim is to provide people with resources so that they can help themselves cope.
- Organized emergency counselling service for frontline warriors going through Covid anxiety.

### The India Saga

The India Saga > SAGA CORNER > Peacfulmind foundation provided fre...

#### SAGA CORNER

# Peacfulmind foundation provided free counselling sessions amid the second wave

Shagun Sharma O No Comment posted on Jun. 04, 2021 at 7:36 am



# Peacful Mind Foundation Fellowship

Peacful Mind Foundation Fellowship program wherein we will be awarding #fellows to individuals working in the area of mental health awareness or mental healthcare as clinical practice.

• There is no as such eligibility criteria for applying (the individual should have an impact on society ultimately leading to happiness and well-being).

• Self-nominations are accepted.

• Individual and organization would be given free tutorial for the psychological First aid program under Global Youth Mental Health Forum and others







### **Global Academy of Psychological Sciences**

Our mission is to offer the finest psychological services, training, and research in mental health.

# The following courses are provided by G.A.P.S

1. Handwriting Analysis and Grapho Cybernetics

2. Diploma in Advance Applied Psychology



### Students taking online class



# PMF Free Stress Management Centre

In today's stressful environment, we need someone who listens to us without any judgement and makes us understand who we are and our abilities. Recently in Civic Centre, a Free Stress Management centre was initiated celebrating the occasion of WORLD HEALTH MENTAL DAY i.e. 10th october,2019 by North Municipal Corporation of Delhi in collaboration with Peacfulmind Foundation.

• The basic idea behind opening this is to provide happy environment to employees and creating a stress free environment, so that their work efficiency would increased.





# **Open Mic: A Stress Buster With Pals**

### Aims And Objectives :

- We all face stress and need to
  speak out our worries, our
  botheration, our weaknesses and
  sometimes just want to talk. But
  even then we do and sometimes
  can't talk or share also don't get
  solutions even by trying.
  - Peacfulmind Foundation initiates
    this small program to help you
    ventilate our, speak out, talk out
    without any hesitation and
    without fear of being judged.
    The stress buster open mic allows
    not only to share your own
    thoughts and worries but also be
    a part in helping the other to find
    solution and relax to attain the
    peace of mind.





### Inaugural Session of open mic

## Special Counseling Unit For Afghanistan

- Peacfulmind Foundation is all set to provide psychological aid and special counselling to Afghans in or outside the country.



www.peacfulmind.org



A picture showing struggle of Afghan People Source : Google

# **Board Advisors :**

- Hon. Dr. Mai Al-Kaila (Minister of Health, State of Palastine )
- Senator Shelten G Neth (Federated States of Micronesia)
- Dave Sleet (CEO Ayanay Psychological Accreditation, UK)
- **Dr. Hondan Ali** (Clinician, Canada/Somalia)
- **Dr. Godfrey Gandawa** (Former Minister, Zimbabwe)
- **Daniel Del Valle** (GCC and the Middle East)
- Dr. Ismalia Cessay (Leader of Citizen Alliance Party, The Gambia)
  Allen Ellison
- (Senate Candidate, FL USA)

- Hon. Renee Webb, JP (Former Minister, Bermuda)
  Rt. Hon Shawn Richards (Deputy PM of Saint Kitts and Nevis)
- **Rt. Hon. Anthony Lino Makana** (member of Parliament of South Sudan)
- Senator Samuel Poghisio (Senetor – Parliament of Kenya)
- Amb. Ebyan Salah (Amb. Of Somalia to Geneva)
- **Ms. Ira Singhal** (Indian Administrative Service)

# PMF IN MEDIA:

### मुफ्त तनाव प्रबंधन क्लीनिक एवं परामर्श केंद्र शुरू

निगम (एनडीएमसी) द्वारा वृहस्पतिवार को विश्व मानसिक स्वास्थ्य दिवस के अवसर पर निगम मुख्यालय में निःशुल्क तनाव प्रबंधन क्लौनिक और परामर्श केंद्र का शुभारंभ किया गया। केंद्र का उद्घाटन महापौर अवतार सिंह ने निगम के मुख्यालय डॉ. श्यामा प्रसाद मुखर्जी सिविक सेंटर के प्रचम तल, ई-ब्लॉक में किया। इस अवसर पर उत्तरी दिल्ली के महापौर अवतार सिंह, मुराद उद्योग (यूएई) के मुख्य वक्ता दल-अल- मुराद, भारतीय शासन एवं नेतृत्व संस्थान के कार्यकारी जिनेशानः उपग्रीप शास्त्री स्थायी समिति के अध्यक्ष

नई दिल्ली (एसएनबी)। उत्तरी दिल्ली नगर जय प्रकाश, आयुक्त वर्षा जोशी, अति. आयुक्त (अभियांत्रिकी) संदीप जैक्स, अति. आयुक्त (मुख्यालय) आरएस मीणा, अति. आयुक्त (राजस्व) नैना सोई कपील, निदेशक समुदाय सेवा विभाग ईरा सिंघल, पीसफुल माइंड फाउंडेशन के संस्थापक नाभित कपूर और उत्तरी व दक्षिणी दिल्ली नगर निगम व आयकर विभाग के अधिकारी व कर्मचारी उपस्थित थे। दल-उल-मराद ने इस अवसर पर कहा कि जब भी हम मानसिक स्वास्थ्य कि बात करते हैं तो लोगों के मन में एक डर का भाव आता है कि दूसरे लोग क्या कहेंगे, यह एक चिंता का विषय है।

#### **11 OCTOBER 2019**

#### शाह टाइम्स

उत्तरी निगम ने शुरू किया निःशुल्क तनाव प्रबंधन क्लिनिक 

आरोहा कि अपना है। सामित काम के देन के तुमा संस्था के सार्वमारी इंग्लेश, सारीप हमारी के ब्राह्म के स्वर्तिक स्वार पुरुष माराव्यूनी विषय है जिस पर कास विराह्म आर्थ, के उन्हों के आर्थ कि सार्वमा के तुमा के तुमा से सार सार्वेग के बाद हि दिन्दे के आर्थ के सार्वमत के तिकार के सार्वे सार्वे सार्वेग के बाद हि दिन्दुल का प्रथम के सार्वेज के सार्वेज के सार सार्वेग के बाद हि दिन्दुल का प्रथम कि सार्व कास्ती है। स्वार्थ का सार्वे सार्वेग के बाद हि दिन्दुल का प्रथम कि सार्वेज के सार्वेज के सार सार्वेग के बाद प्रथम का सार कि का सारकार कि सार्वे कार्य के सार्वेज का सार्वेग के किस प्रथम सार्वेग के सार्वेज के सार्वेज के सार्वेज के सार्वेज के सार्वेज के सार्वेज के सार सार्वेग के किस प्रथम सार्वेज के सार्वे के सार्वज के कार्यको उपरोक्त को प्रधान के समय, का प्रधान के सार्ट के प्रधान किया के सार्यक को सारट के सार का प्रधान के सार्ट के प्रधान किया के सार कार के सार का प्रधान के सार का प्रधान के सार का सार का प्रधान के सार का कि सार का किया के सार का सार की सार का किया के सार सार कार के सार का प्रधान के सार का प्रधान के सार का सार के सार का सा

erterte fie unces de

भाषार पर साथ कि यह भी राजवादी का सामय कि पर करने हैं। साथ में साथ का साथ साथ की दिन देना से राजवा साथ कि साथ करने सा साथ साथ पर सिप्स की राजवी कहा कि सारे स्वेता में आता करने साथ के साथ की राजवादी का साथ की साथ कि साथ की साथ की साथ की साथ की कि साथ दों साथ की साथ की साथ की साथ की साथ की कि साथ साथ का कि साथ दो साथ की साथ की साथ की साथ की साथ की साथ की कि साथ दो साथ की कि साथ दो साथ की स

विराट वैभव तनाव प्रबंधनः ক্লীনিক খ্যুৰু 🗸 नई दिल्ली। उतरी दिल्ली नग-निगम द्वारा दिश्व मानसिव रवास्थ्य दिवस के अवसर प निगम मुख्यालय में नि जुल्व त्नाव प्रबंधन वसीनिक और ररमाने केंद्र का शुभारभ किया। नि जुल्क तनाव घटान वलीमिक और परामर्श केंद्र का उद्घाटन मार्ग्यार अवतार सिंह दारा निगम मुख्यालय सिविक सेंटर में कि

या। इस आवसर पर महापी अवतार सिंह, मुख्य वचता, मुरा उठीन, युएई दल-अल मुराः कार्यकारी निदेशक, भारती

sound for it assess of weath game the a forwards and a more

TIMES OF INDIA

Mental health clinic opened at municipal HO

नवभारत टाइम्स

सिविक सेंटर में तनाव दूर करने वाला क्लिनिव

The set field, doi would away a firm and a set of the basis and that give black fields are set of the set of the set would not use of these would be need to be regard to be would read where a set of the set of the regard to the set of the set of the set of the regard to be would read where an each weather are to be regard to the set of the

in far Dear als address which they be used

हैनिक जागरण

Delta North Duby Ministral Corporation Com

fergue ten ale bhade edites at usues à au ail aut suite aune fils a au

### मुफ्त तनाव प्रबंधन क्लीनिक एवं परामर्श केंद्र शरू

नई डिल्मी (एसएनमी)। उन्हें दिन्दी गए जग प्रथम, जापुथा को केसे, जीर जापुथ दिवस (परादेश्यमें) इस प्रार्थनिक की विक्र (जीवनीकिसे) प्रदेश जेवा, जीर जापुथ anders server fren & scene or fore (geruren)e saren ubm, alle anye मुख्यालय में दिश्राप्त काम प्रयोग करोडिक (तातान) केय गोर्ट वार्षल, विदेशक संयुक्त और प्राण्त केंद्र का कुक्टरन किया गया। केंद्र क्षेत्रा किया की निकाल सीरायुल साईद का उत्पादन भारती अवसा दिस ने निष्य के पाउँदेवन के संस्थापक जीवन करने और उसी प्रायालना ही, अपना प्रस्ताह माराजी निर्वाणक सेरेर 🛛 प्र दिलाची दिलानी नगर निराम व आयपार विभाग के प्रथम सन्द ही-अलीक में किया। इस अपरस पर कि अविकासी में कामेकी प्रवित्या से। इस-अस राजी हिल्ली के सागदि अवाल सिंह, मुराट मुलाने देवा जनाए पर क्या कि क्या भी हर राजी। (पूर्वा) के मुरान क्या दन-सान- मुराट, प्राथमिक स्वारूप कि जात बाते हैं जी लोगों के मुदाईंथ ज्यान पर नेपूरा सामग्र के कर्यकारों। का में एक पर भाष आता है कि दुखे लोग महेलक समीप शरजे स्थाई सांध्रति के अपन्त्र ज्या करेंदे, या एक जिल का विषय है।

#### **11 OCTOBER 2019**

#### THE HINDU North body starts stress management clinic for staff

remains Do mark the World Mescal Sensith Law, the North Law Sensith Law, the North Law Sensithed A frame "Areas management" (These and consequences of Database management (These and consequences or Database The facility will be apad The leading will be used of data to ensurement and of horry of the month leads, house Delhi Ministepa Com-portance and Beccume Tex-lesportance, Journal States of Viscola Joshi and, Fager Wanda Delhi and, Regen Wanda Delhi and Argent Wanda Delhi and Argent

taid sounds, after pilling The month, der prächt. That the Morreal, CHD of Marrael Universe, einer draue pro-fer Anne von der Anna fahren pro-fer Anne von der Frieder inwaren die seinersch handelts fore month for economyganescon of attraue

and of first very order where at the approach \$1. भारत हिरह के सेव भा राज्य पर्य तीती में कहा कि निर्माण प्रदान किया में राज्य मुख्याला के 1-क्सील, इप्रदेश करींका और सार्टा कि क् में राज्य प्रयोग करींका न महारती कि सुवित्य साली निर्णा में करांग कहा कुछ किसा है। स्वीरियोगका स्वर्धायांची के साल-सार सीलगी ा पुरु कार्य हो स्वार्थकारण सामग्रित के सामग्र तिया प्राय प्रायम देवा का प्रायम कार्यन प्रायम कार्य तोनी के तिया प्रायमक तीनी । नागत दिव, क्यां गर्यात के अन्यत् साथ देवीली के तिया ज्यानक तीनी । पार प्रयास और विम्लापुरूत पर्य जेला. अध्येप्रतीले क अध्यक्षां की प्रयुक्त हे किया । पार प्रकास में कहा कि अगज हिंदू। सक्रदर पहुंचे का स्पर्वेदिकायक nd werdy uf fierd i uffier aus antener fi bet if at takt

निगम मुख्यालुख में शुरू हुआ परामर्श केंद्र

नवोदय टाइम्स



है। इसी को देखते हुए सीमपूरन पहांद पटाइंडर के साथ जिलक unfuffet in fire un were until है। पीसपुरत महत कार्डिमन के सहकेटिस्ट कर्पकर्णियों की महत् à 100.104 10041 faur à will a pre annear un den efe व्ययेकीयों का भी इतरत किया एकसीटी अवसार हिंद, पीने साएगा असिंगाना और निरोत्तक सीएमटी एकसीटी करितना पूर्व केंद्र कारण का इत फिर्मन का कडना है कि यह स्तीनिक मुनार (मोर्टको मान मुनार पुरु कोक कोण्ये) कर्वकारियों के अपनी जीटने में आह दिव अर्थाक्राप और अवस्थापिक तराव से घटट सेंगर ई अर्थक, घटनी साँबात पर इसे खाला

#### HINDUSTAN TIMES

utra i funt arr it utfenn mere it um ti

### North Delhi agency starts free stress clinic

SCHOLE To mark Mentalikation Days on Thurnday, the North Darkh Munatipal Cargoritation Thurnched a fire three stanage enter thing and counseling on the North Counsel of the North Counsel of the North Counseling on the North Counsel of the North Counsel the North Counsel State on the North Counsel of the North Counsel the North Counsel State on the North Counsel of the North Counsel of the North Counsel State on the North Counsel State of the North Counsel of the North Counsel State of the North Counsel State of the North Counsel of the North Counsel State tre at its headquarters — Sysma Prasad Mikherjee Civic Centre Mental Health Day is observed. tro has been started that provide free stream reasonment on ling for employees. They will be Memory man be every year. This such theme is suickle previou-tion "The day of the expectation" and the continuously provide basis: man has Prakash. amention to the people of Delbin The agency is looking at atteming the standard of the addressing the stars may inter corporation to make these facili- with mental illness.

# TREES COONSELLAS CONTREPORTING STATE In proper of the entry freeholds of I Date Canadae Routh and extension of the tauthy will be extended by the sequences are efficient, wanting in route and efficient wanting in route and

PIONEER

#### पंजाब केसरी

#### तनाव प्रबंधन क्लीनिक व परामर्श केंद्र का हुआ शुमारेम

of front, yours wait) - and front war form all aderforms advances to an articles and an and a second and a second and a second and a second and an and any second and and mante fang ven fit gent sone untere arffice alte Is passive of your word used by the test for a row or of a start the same special fighter that is one or of a start that are so in fixed word for and addressing or your 1 to one of one or will go and the figure as a fixed bard all word at Note that the part of the second sec 64 जनन को हा करने के रेजा जान उसी हिप्सी भार रेजन के अर्थन्तांची के लिए इन दिल्लाक लावन प्रथणन क्रिसेक जीत नगरनी केंद्र कि अवरण कि है, जाते जा वर्तनाई अभी लाखों तराव मुख्त पर पहते और स्वाय प्रतिश्व के साल जाने वार्ग को का भनेते। प्रार्थवन ने त्रवीन्तन् भूम्म प्रमन्न मृत्य त्रांगः, तन प्रत-मृत्यः मे प्रग सन्तरम् पर महा कि जब भी प्रय पार्त्राण्य स्वतन्त्र कि मार करते हैं से रहेती के कर दे एक प्रा का बाव प्रवान f far geft jebe wie unbit, ne mie feren an feren fi प्रभूति कहा कि हमें लोगों को घाणीलक प्रमाल के बारे 3 termen unter thett

देशवध्

निःशुल्क तनाव प्रयंधन विलनिक की शुरुआत 🛛 🏷



परामले केंद्र का अपादन महापीर अपतार शिंह हारा जिलम के मुख्यालय ही श्यामा प्रसाद मुखजी सिठिव सेटर के प्रथम तल, ई-ब्लॉक में किया लया। इस अवसर पर प्रतरी दिल्ली के महापीर. भागवार भर जाता दिन्स के महायीत. अवतार हिंद, मुख्य क्वम, मुराद आदेव (पू.ए ई), दल-आत- मुराद, वार्यावारी विदेशक. भारतीय शास्त्रव एंव मेलूय ररियान सहित जसरी व दशियी दिल्ली जनर जिनम व आयव

#### वीर अर्जन

### । दिल्ली नगर निगम ने शुरू किया नि:शुल्क तनाव प्रवंधन क्लीनिक एवं परामर्श केंद्र

हमारे संबाददाना 🖑 त्ली। उसने दिल्ली नगर । आज विश्व मानीसक वस के अवसर पर लिगम तिः मुल्क तनाव प्रबंधन और परामर्ग केंद्र का वा गया। निः मुस्क तनाव निक और परामर्श केंद्र र महाचौर, बी अवतार रगम के मुख्यालय डॉ. मुखनी सिविक सेटर के स्तोक में किया गया पर उसरी दिल्ली के अवतार सिंह, मुख्य योग (यू.ए.ई), श्री दल-कार्यकारी निदेशक, एव नेतृत्व संस्थान, सौ स्यायी समिति के दकारा, आयुक मुत्री आति

लय), त्री आर.एस ायुक्त (राजस्व), मुझी को जनता को निरतर मूलभूत त, निदेशक समुदाय सुती ईरा सिपल, विल्ला तंगर विगंत व भी मार्गस्ता भागित्वा का होना बाल



अग्रयकर विभाग के अधिकारी व जरूरी है। उन्होंने कहा कि हम (गू.ए.ई), जो दल-उल- प्राद ने इस रोजपर्रा की भाग दीह भरी जिंदगी से अवसर पर कहा कि जब भी हम कर्मचारी उपस्थित थे। तनान में आ जाते है, ऐमे तनाव को मानसिक स्वास्थ्य कि बात करते है तो स्वायी समिति के अध्यस, श्री ती संदीप जैवस, जीत जब मकाश ने उतरी दिल्ली नगर दूर करने के लिए आज उत्तरी दिल्ली लोगों के मन में एक हर का भाव नगर निगम ने कर्मचारियों के लिए इस आता है कि दूसरे लोग क्या कहेंगे निगम कि इस पहल की सराहना करते

हुए कहा कि निगम का कर्तव्य दिल्हों दि मुहरू तसव प्रबंधन किंदीरक और यह एक विगा का विषय है। उन्होंने को जनता को जिसवर मुहरभुत परास्त्री केंद्र कि स्वराश्त कि है जहां कहा कि हमें लोगों की मानीसक मुविधाएं प्रदान करना है, इन पर कर्मचारी अपने अगको तनाव मुक्त स्वास्थ्य के को में जागह क व प्राउदेशन के मुविधाओं को जनता तक पहुंचाना कर पहने और स्वस्थ मलिक के होग क्योंक अभी भी बहुत मार्ग ज वाफ़ा कपूर और तियम के कर्वचारियों का कार्य हैं, येसे चाय अपने कार्य को कर महेने। यह नहीं ताख पत्ते हैं कि मतत मुख्य बासा, मुसाद उसीम जन्म क्रिक्स क्रिक्स ही रावते है

शासन एव नेतृत्व संस्थान, समी शास्त्री स्थायी अमिति आगश्च, स्थाया जनाव अध्यक्ष प्रकार आयुक्त व जोगी अति आयुक्त अभियंत्री। संदीय जेववेदक्षति आयु मुख्यालय, आरएस मीणा सा अन्य अधिकारी व कर्मर उपस्थित थे। स्थायी आमिति अध्यक्ष आग प्राह्मण ने उन्ही दि कि इस पहल की सराहना व हुए कहा कि निगम का क दिल्ली की जनता को नि मूलभूत सुविधाएं प्रदान व हे.इन सुविधाओं को जनता पहुंचाना निगम के कर्मचारित

कार्य है, ऐसे में संतुलित मनि

का होना बहुत जसरी है।

राष्ट्रीय सहारा



# Our few Collaborations :





INTERNATIONAL CONFERENCE ON MENTAL HEALTH CARE













## Contact us :

Email: info@peacfulmind.org

Phone: +91 9205377639, +91 9205366506

Address: 1. 149, Sukhdev Vihar, New Delhi-110025

2. 2A, Begumpur, Shivalik Road, Malviya Nagar, New Delhi-110017

# THANK-YOU